



- Inicio
- Quiénes somos
- FACTORES DE RIESGO
 - Hipertensión arterial
 - Diabetes
 - Fibrilación auricular
 - Colesterol alto
 - Sedentarismo
 - Dieta inadecuada
 - Alcohol
 - Obesidad
 - Tabaquismo
 - Estrés y depresión
- RECURSOS
 - Vídeos
 - Blog
 - Podcast
 - Enlaces de utilidad
 - Lecturas adicionales
 - Publicaciones en los medios

- Noticias
-  Español
 -  English
 -  Português
 -  Русский
 -  Español
 -  Français
 -  Polski

▪ CONTACTO

DONATE

Cinco datos interesantes sobre el ictus y la diabetes



La diabetes es una de las principales causas de muerte en el mundo. Puede ocasionar muchas complicaciones de salud y se sabe que aumenta el riesgo de

sufrir un ictus (1).

No obstante, el nivel de riesgo depende de una serie de factores entre los que se incluyen el tipo de diabetes, la edad, el sexo y el lugar de residencia. A continuación, se indican algunos hechos de interés sobre la diabetes y el ictus:

1. Los diabéticos tienen 1,5 veces más probabilidades de sufrir un ictus

Un exceso de azúcar en la sangre tiene un efecto devastador en todos los vasos sanguíneos del cuerpo, sobre todo en el cerebro. De hecho, los pacientes diabéticos son 1,5 veces más propensos a sufrir un ictus.

El riesgo de sufrir un ictus es mayor en quienes tienen otros problemas de salud, como el colesterol alto, y aumenta con la edad, siendo el doble por cada década para los mayores de 55 (2). La *International Diabetes Federation* (Federación Internacional de la Diabetes) ha pronosticado que el número de diabéticos aumentará en un 50 % en 2030 (1).

2. El 90 % de los ictus diabéticos afecta a pacientes con diabetes de tipo 2

Hay tres tipos de diabetes: El tipo 1 suele diagnosticarse en la infancia o en la adolescencia. Tiene lugar cuando el cuerpo no es capaz de producir insulina y suele afectar a las familias. El tipo 2 se desarrolla cuando el cuerpo no puede producir suficiente insulina o no reacciona a ella adecuadamente. Tiende a afectar a los adultos.

El tercer tipo es la diabetes gestacional, que tiene lugar durante el embarazo y suele remitir por sí sola. En torno al 90 % de las personas con diabetes la tienen de tipo 2. Por tanto, no es de extrañar que la mayoría de los ictus diabéticos afecten a este grupo de pacientes (3).

3. El riesgo de ictus se da en ambos tipos de diabetes

Aunque en el mundo hay más personas con diabetes de tipo 2 que de tipo 1, los dos tipos de diabetes se asocian a un aumento del riesgo de ictus. El sistema cardiovascular está formado por el corazón y todos los vasos sanguíneos que mueven y llevan la sangre al resto del cuerpo, incluidos los que controlan el riego sanguíneo del cerebro. Las personas con diabetes de tipo 1 son más propensas a sufrir una enfermedad coronaria y una enfermedad arterial periférica.

En cambio, los que tienen diabetes de tipo 2 son más propensos a tener obesidad, aterosclerosis arterial e ictus (3). Las madres con diabetes gestacional también tienen más riesgo de ictus en el futuro (4).

4. El riesgo de ictus aumenta por no controlar el azúcar en sangre

Se desconocen las causas y los factores de riesgo de la diabetes de tipo 1, así que no hay estrategias de prevención. Sin embargo, gracias al descubrimiento de la insulina, las personas con diabetes de tipo 1 han encontrado una forma efectiva de mantener a raya la diabetes. El problema viene cuando los niveles de azúcar en sangre aumentan hasta límites insospechados porque se puede formar una acumulación de grasas o depósitos dentro de los vasos sanguíneos que alimentan el cuello y el cerebro; lo que produce un ictus isquémico y hemorrágico (5).

5. La diabetes aumentará un 69 % en los países en vías de desarrollo

Se espera que el número de personas con diabetes llegue a 578 millones en todo el mundo en el año 2030. La prevalencia es mayor en las áreas urbanas que en las rurales y en los países de ingresos altos que en los de ingresos bajos. Una de cada dos personas no sabe que tiene diabetes y, sin embargo, menos de 500 millones de personas en el mundo viven con ella. Esto aumentará un 25 % en la próxima década y un 51 % en 2045 (6).

Aunque los datos sobre diabetes e ictus son preocupantes, no hay que olvidar que la diabetes de tipo 2, la más común de todas, se puede prevenir en gran medida mediante algunos cambios en los hábitos diarios. Deje de fumar, siga una dieta saludable y practique ejercicio regularmente para mantener a raya los niveles de azúcar en sangre y reducir el riesgo de padecer diabetes de tipo 2 e ictus.

Referencias:

1. Li, S., Wang, J., Zhang, B., Li, X., & Liu, Y. (2019). *Diabetes Mellitus and Cause-Specific Mortality: A Population-Based Study*. *Diabetes & metabolism journal*, 43(3), 319-341. <https://doi.org/10.4093/dmj.2018.0060>.
2. Ann Pietrangelo *Stroke: Diabetes and other risk factors*. Oct 15, 2019. Medically reviewed by Maria Prelipcean, M.D. <https://www.healthline.com/health/diabetes/diabetes-and-stroke>.
3. Rong Chen et al. *Am J Med Sci*. Author; available in PMC 2017 Feb 8. *Diabetes and Stroke: Epidemiology, Pathophysiology, Pharmaceuticals and Outcomes*. doi: 10.1016/j.amjms.2016.01.011.
4. Tobias, DK, Stuart JJ, Li S, et al. *Association of history of gestational diabetes with long-term cardiovascular disease risk in a Large Prospective Cohort of US Women [published online October 16, 2017]*. *JAMA Intern Med*. doi:10.1001/jamainternmed.2017.27.
5. C. Hedén Ståhl et. al. *Glycaemic control and excess risk of ischaemic and haemorrhagic stroke in patients with type 1 diabetes: a cohort study of 33 453 patient*. First published: 07 December 2016 <https://doi.org/10.1111/joim.12572>.
6. Pouya Saedi et al. *Global and regional diabetes prevalence estimates for 2019 and projections for 2030 and 2045: Results from the International Diabetes Federation Diabetes Atlas, 9th edition*. Published September 10, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2019.107843>.

Actualizado Febrero 2022

Próxima revisión 2024

Desarrollado por



SAFE se reserva el pleno control sobre el contenido de este sitio web.

Con el apoyo de una beca formativa de



Enlaces

- [Condiciones de uso](#)
- [Política de privacidad](#)
- [Política de cookies](#)
- [Contacto](#)

- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)